

Департамент образования Администрации г.о. Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества «Восход» городского округа Самара

Принято на заседании
Педагогического совета

Протокол № 1 от «02» 08 2022г.

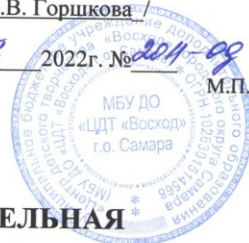
УТВЕРЖДАЮ

Директора МБУ ДО «ЦДТ «Восход»

г.о. Самара

 / О.В. Горшкова /

Приказ от «02» 08 2022г. № 201-08



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АЗБУКА ТАНЦА»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:

Севостьянова Юлия Александровна,
педагог дополнительного образования

Самара, 2022.

1. Пояснительная записка.

Хореография - это искусство позволяющее решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

1.1 Направленность и уровень программы.

Программа «Азбука танца» художественно-эстетической направленности. Уровень программы - ознакомительный

1.2 Актуальность программы. Новизна. Педагогическая целесообразность.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству. Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей в возрасте 6-8 лет основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, элементы классического, народно-сценический и современный танцев, что позволяет ознакомить детей со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход

направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Также педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

1.3 Цель и задачи программы

Цель программы: Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи:

Обучающие (предметные):

- научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки;
- обучить элементарным двигательным навыкам, добиваясь простоты, естественности и выразительности исполнения танцевальных движений;
- сформировать первоначальные хореографические навыки; -научить различать направления хореографического искусства (классический танец, народно-сценический танец, эстрадный и детский танцы); - умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами;
- сформировать знания о здоровом образе жизни.

Развивающие:

- развивать творческие способности воспитанников; -
- развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость,
- координацию движений, силу, выносливости; -
- развивать танцевальные способности; -
- развивать потребности самовыражения в движении под музыку;
- способствовать укреплению здоровья детей; -
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата: формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания; - формировать
- творческие способности: воображение и фантазию; -содействовать
- формированию нравственно- коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

1.4 Возраст детей

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на детей младшего школьного возраста.

1.5 Срок реализации программы: 1 год.

1.6 Формы организации деятельности и режим (периодичность и продолжительность) занятий.

По количеству учащихся программой предусматривается групповая форма обучения.

Продолжительность занятий - два академических часа, разделенных десятиминутными перерывами для отдыха детей.

1.7 Ожидаемый результат

Личностные результаты, отражающие отношение к учебной деятельности и к социальным ценностям	Метапредметный результат, регулятивные, познавательные, коммуникативные УУД	Предметные результаты, отражающие опыт решения проблем и творческой деятельности в рамках конкретного предмета
-формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; - осознанный выбор вида деятельности; - выражение положительного отношения к процессу познания: проявление внимания, удивления, желания больше узнать; - способность адекватную самооценку и корректную оценку качества выполнения работ другими людьми; -овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками; - формирование эстетических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствами других людей; -проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; развитие художественно-эстетическое вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству; - реализация творческого	<u>Регулятивные</u> Обучающиеся научатся: - принимать и выполнять поставленную задачу; - удерживать цель деятельности до получения её результата; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; - анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности, оценивать их влияние на настроение человека; -оценивать результаты деятельности (чужой, своей); оценивать уровень владения тем или иным учебным действием (отвечать на вопрос «что я не знаю и не умею?») - в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; <u>Познавательные</u> Обучающиеся научатся: - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; - научатся дифференцировать работу различных групп мышц, владеть навыками по различным видам передвижений по залу - приобретут определенный «запас» выразительных движений в	Обучающиеся научатся: - соблюдать правила поведения в объединении , правила техники безопасности - формировать знания о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; - планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств хореографии; - подготавливаться к участию в смотрах-конкурсах, фестивалях; - подготавливать собственные комплексы и показательные выступления на базе изученных элементов; - осуществлять объективную оценку выступлений своих сверстников; - оценивать результаты

потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов; - позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.	общеразвивающих и танцевальных упражнениях; научатся воплощать образы посредством пластики, элементов актерской игры, импровизации, пантомимы; -научится находить, анализировать ошибки и исправлять их. -накапливать представления о ритме, синхронном движении. - наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности <u>Коммуникативные</u> Обучающиеся научатся: - сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий. - допускать возможность существования у людей различных точек зрения, не совпадающих с его собственной; - формулировать собственное мнение и позицию.	собственного труда, искать возможности и способы их улучшения; - находить отличительные особенности в техническом выполнении упражнений разными обучающимися; -понимать сущность выбранной дополнительной программы обучения, проявлять к процессу изучения танцевальных техник устойчивый интерес; -работать в коллективе и команде; -воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать с характером музыки; -определять музыкальные жанры.- технически правильно выполнять двигательные движения; -усвоить правильную постановку корпуса, владением центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, - выполнять танцевальные комбинации; - соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.
--	--	---

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела, темы (модуля)	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Учебно-тренировочная работа	20	6	14	Практический показ
2	Классический танец	46	16	30	Практический показ
3	Народный танец	46	14	32	Практический показ
4	Современный танец	32	10	22	Практический показ
	итого	144	52	92	

3 Содержание

3.1 Модуль « Учебно-тренировочная работа».

Реализация данного модуля направлена на развитие природных данных у детей, подготовку двигательного аппарата к сложным движениям.

Цель модуля: включить все тело в активное движение, разогреть мышцы, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Научить детей двигаться под музыку.

Задачи:

- совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм);
- практическое освоение понятия «мелодия и движение»;
- изучить правила выполнения упражнений, последовательность, образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Учебно-тематический план модуля «Учебно-тренировочная работа».

№	Название темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Развитие «мышечного чувства»	1	3
2	Партерный экзерсис.	2	8
3	Музыкально-ритмические упражнения	2	2
4	Обобщение и закрепление пройденного материала.	1	1
	Итого	6	14

Содержание модуля.

1 Развитие «мышечного чувства».

- движения для головы;
- движения плеч;
- движения корпуса;
- подготовка к прыжкам: «пружинка», полуприседание и подъём на полупальцы.
- поднимание согнутой в колене ноги.

2 Партерный экзерсис.

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп одновременное и попеременное, круговое движение);
- наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, стопы вывернуты, стопы сокращены, ноги в положении «лотос», колени на полу);
- упражнения из положения «лёжа на спине» (броски поочерёдно и вместе двумя ногами, «разножка», «велосипед», «плуг»);
- упражнения в положении «лёжа на животе» (поднимание ног вместе и поочерёдно, поднимание плеч, «лодочка», «пловец», «коробочка», «фонарик»);
- упражнения для развития выворотности («бабочка», «лягушка»);
- упражнения на развитие шага.

3 Музыкально-ритмические упражнения.

- упражнение на повторение ритмического рисунка;
- упражнения на определение сильной доли такта, с постепенным увеличением темпа;
- упражнение: тактирование на $\frac{3}{4}$, с акцентами.

4 Обобщение и закрепление пройденного материала. Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

3.2 Модуль « Классический танец».

Реализация данного модуля направлена на формирование интереса к танцевальному искусству через знакомство с классическим танцем, а также знакомство с простыми элементами классического танца, развитие физических и творческих способностей детей.

Цель модуля: Формировать танцевальные способности детей средствами классического танца.

Задачи.

- сформировать первоначальное представление о классическом танце;
- знакомить с простыми элементами классического танца;
- развивать внимательное отношение к исполнению танцевальных движений;
- развивать устойчивость (апломб) и координацию движений;
- разучивать элементы экзерсиса классического танца у станка и на середине.

Учебно-тематический план модуля «Классический танец».

№	Название темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног.	2	4
2	Экзерсис у станка.	6	10
3	Экзерсис на середине зала.	6	10
4	Обобщение и закрепление пройденного материала.	2	6
	Итого	16	30

Содержание модуля.

1 Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног

Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций рук, ног классического танца.

2 Экзерсис у станка: Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, Rond de jambe par terre, положения surle coud de pied, Battement fondu, Battement tendu jete pique, Grand battement jete.

3 Экзерсис на середине зала: Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, Rond de jambe par terre, Battement fondu, Grand battement jete. , маленькие прыжки.

4 Обобщение и закрепление пройденного материала. Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

3.3 Модуль « Народный танец».

Модуль предусматривает знакомство с культурой, бытом и нравами русского народа, с историей возникновения русского народного танца, прослушивание русских народных мелодий разных по темпу и характеру звучания, освоения основных элементов русского народного танца и элементов народно-сценического экзерсиса, изучения основных танцевальных рисунков- фигур.

Цель модуля: Формировать танцевальные способности детей средствами народного танца.

Задачи.

- сформировать первоначальное представление о народном танце;
- знакомить с простыми элементами народного танца;

- развитие коммуникативных способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны;
- развитие танцевальной координации;
- обучение выразительному и эмоциональному исполнению в танцевальной практике.

Учебно-тематический план модуля «Народный танец».

№	Название темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног.	2	4
2	Экзерсис у станка.	4	8
3	Экзерсис на середине зала. Техника вращения.	6	14
4	Обобщение и закрепление пройденного материала.	2	6
	Итого	14	32

Содержание модуля.

1 Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног народного танца.

2 Экзерсис у станка:

- Приседание по I, II, V позициям;
- упражнения с напряженной стопой;
- маленькие броски;
- подготовка к «веревочке»;
- подготовка к «каблучному»;
- раскрывание ноги на 90 гр.;
- большие броски на 90 гр.

3 Экзерсис на середине зала включает в себя: танцевальные ходы (переменный, боковой, припадание), дробь(одинарные , двойные, 1ключ, дробь на месте и с продвижением), вращения на середине зала. За основу взяты движения русского народного танца. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации.

4 Обобщение и закрепление пройденного материала. Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Оработка техники исполнения.

3.4 Модуль современный танец.

Данный модуль направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения современного танца.

Цель модуля: Развитие танцевально - исполнительских качеств учащихся при изучении основ современного танца.

Задачи:

- развитие интереса и к современному танцу и современному искусству;
- овладение основными техниками современного танца;
- развитие музыкальных способностей- слуха, ритма, музыкальности;
- стимулирование развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности.

Учебно-тематический план модуля «Современный танец».

№	Название темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Постановка корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног в джаз- модерне.	2	4
2	Основные техники джазового танца и танца модерн.	2	4
3	Изоляция	2	6
4	Кроссовые упражнения	2	4
5	Контактная импровизация	2	4
	Итого	10	22

1 Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног танца джаз-модерн.

2Основные техники джазового танца и танца модерн: наклоны торса:

-изгибы торса (Curve Arch, Twist torca, Roll down и roll up);

-спирали (body roll ("волна");

-contraction, release (high release, tilt, lay out);

-наклоны торса (Flat back, Deep body bend).

Используются основные уровни: стоя, сидя на корточках, стоя на коленях, сидя и лежа. в партере очень полезно выполнять упражнения стрэтч-характера, т. е. растяжки. В уровнях "сидя" и "лежа" достаточно много упражнений на contraction и release, спирали и твисты торса.

3 Изоляция:

-положение коллапса;

-изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя; -
изоляция каждого центра. все движения изучаются в "чистом" виде;

-соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

4 Кросс: передвижение в пространстве.

– комбинации прыжков, исполняемых по диагонали; - развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков; - движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах); - броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону; - соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах; -переходы из параллельных позиций ног в выворотные; - прыжки в сочетании с бегом. 5

Контактная импровизация. Понятие «точка контакта». Упражнение на передвижение в пространстве с сохранением постоянной точки контакта с партнером. Упражнение «Зеркало». Упражнение «Пазлы» Упражнение «Плот» (поиск партнера).

4. Контроль и оценка результатов реализации программы

Виды оценки результатов обучающихся: контроль - входной, промежуточный, итоговый.

Способы определения результативности. Методами отслеживания результативности служит педагогическое наблюдение, выполнение обучающимися диагностических заданий, опросы, зачеты, участие в мероприятиях (концертах), активность обучающихся на занятиях и т.д..

Требования к личностному результату.

- 1) готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию;
- 2) сформированность художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- 3) Владение терминологией и знание основных правил исполнения движений, изучаемых по программе
- 4) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 5) овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;

Формы подведения итогов. За период обучения учащиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется два раза в год.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на праздниках и концертах. Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Работы детей, соответствующие основным требованиям, участвуют в конкурсах, фестивалях различных уровней.

На протяжении всего процесса обучения дети учатся правильно анализировать и оценивать свою работу, их оценочная деятельность предусматривает следующие этапы:

- оценка педагога;
- совместная оценка учащегося и педагога;
- самооценка;

Продуктивные формы: выступления на праздниках;

Документальные формы: дневники и портфолио достижений каждого обучающегося.

5. Ресурсное обеспечение дополнительной образовательной программы

5.1 Методическое обеспечение программы, дидактические материалы:

- фонотека произведений классической, современной и народной музыки, звуков природы (шум дождя, пение птиц, морской прибой, колокольной музыки);
- фото, изображения национальных народных костюмов, атрибутов, используемых в танце.

5.1.1 Материально-техническое обеспечение программы:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
 - качественное освещение в дневное и вечернее время;
 - музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
 - специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

5.2 Литература, используемая при написании программы

1. Алексеева О.И. Народная хореография как составная компонента музыкального фольклорного наследия. // Наука. Искусство. Культура. 2014. № 3.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь

- учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКС", 1996.
3. Ваганова А.Я.: Основы классического танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
 4. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М.: Владос, 2003
 5. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М.: Владос, 2002
 6. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Этюды. - М.: Владос, 2004
 7. Звездочкин В.А.: Классический танец. - Ростов на/Д: Феникс, 2003
 8. Климов А.А.: Основы русского народного танца. - М.: МГУКИ, 2004
 9. Коренева Т.Ф.: Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - М.: Владос, 2001
 10. Костровицкая В.С.: Школа классического танца. - Л.: Искусство, 1986
 11. Крысин Л.П. Толковый словарь иноязычных слов. -- М.: Эксмо, 2008.
 12. Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности. // Вестник новосибирского государственного педагогического университета. 2012. № 2. Том 6
 13. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. - М.: Мой мир, 2008
 14. Лисицкая Т.С.: Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт, 1984
 15. Лифиц И.В.: Ритмика. - М.: Академия, 1999
 16. Лопухов А.В.: Основы характерного танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
 17. Лукьянова Е.А.: Дыхание в хореографии. - М.: Искусство, 1989
 18. Чибрикова-Луговская А.Е.: Ритмика. - М.: Дрофа, 1998
 19. Шипилина И.А.: Хореография в спорте. - Ростов на/Д: Феникс, 2004
 20. Эйдельман Л.Н. Формирование осанки у дошкольников средствами хореографии и классического танца. // Известия Российского Государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2009. № 105. С. 124-128.

5.2.2 Рекомендуемая литература для педагогов и обучающихся

1. Детская энциклопедия «Балет», М., Астрель Аст 2001.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- СПб.: Издательство «Лань» 2001
3. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: Академия развития 1996.
4. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста – М.: СПб: ЛОИРО, 2000.
5. М. А.Михайлова «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» –М.: Ярославль «Академия развития», 2004.
6. Александрова Н.А.: Танец модерн. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
7. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. - М.: Мой мир, 2008
8. Климов А.А.: Основы русского народного танца. - М.: МГУКИ, 2004
9. Пуртова Т.В.: Учите детей танцевать. - М.: Владос, 2003